

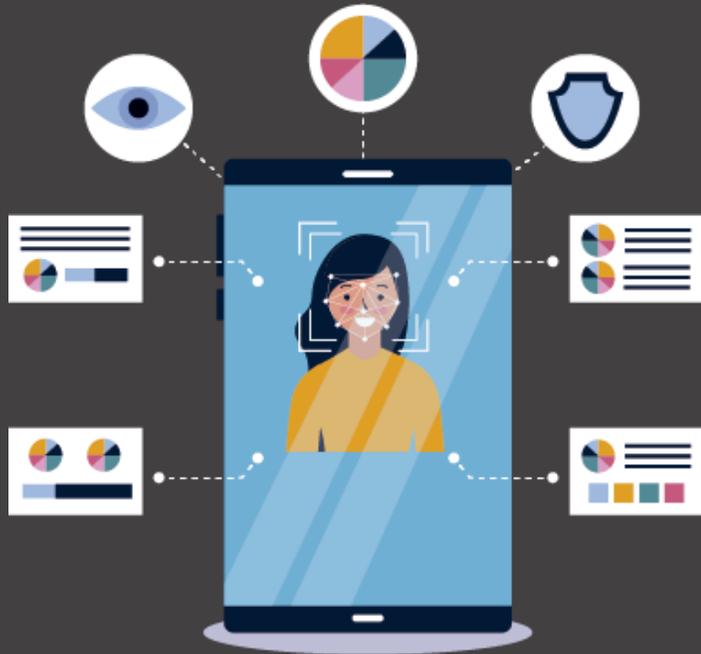
Norma Oficial Mexicana

Nom 035



Factores de riesgo psicosocial en el trabajo

Identificación, análisis y prevención



Objetivo de la Norma

Establecer los elementos para identificar, analizar y prevenir los factores de riesgo psicosocial, así como para promover un entorno organizacional favorable en los centros de trabajo.



Entrada en Vigor



La Nom 035 rige todo el país



Consecuencia

Artículo 994 de LFT Fracción V. De 250 a 5000 veces el SMG al patrón que no observe en la instalación de sus establecimientos las normas de seguridad e higiene o las medidas que fijen las Leyes para prevenir los riesgos de trabajo.

El equivalente es de \$26,767 a \$535,350 pesos.

5. Obligaciones del Patrón



5.1

Implantar por escrito política de prevención de riesgo psicosocial

5.4

Adoptar medidas para prevenir y controlar factores de riesgo psicosocial

5.2

Identificar y analizar factores de riesgo psicosocial

5.5

Identificar a los trabajadores sujetos a acontecimientos traumáticos severos
Guía de Referencia I

5.3

Identificar y analizar factores de riesgo psicosocial y entorno organizacional

5.6

Practicar exámenes médicos y evaluaciones psicológicas

5.7

Difundir y proporcionar información a los trabajadores

5.8

Llevar registro de resultados

Riesgos psicosociales

Los riesgos psicosociales (según la norma) son aquellos que pueden provocar: trastornos de ansiedad no orgánicos tales como el ciclo sueño-vigilia (ciclo circadiano), de estrés grave y de adaptación, derivados de:

- La naturaleza de las funciones del puesto de trabajo
- El tipo de jornada de trabajo
- La exposición a acontecimientos traumáticos severos o a actos de violencia laboral, por el trabajo desarrollado

6. Obligaciones del Trabajador

6.1

Ejercer todas las medidas de control del patrón

6.2

Abstenerse de realizar prácticas contrarias al entorno favorable

6.3

Participar en la identificación de los factores de riesgo

6.4

Informar y denunciar actos de violencia al patrón

6.5

Informar por escrito haber presenciado actos de violencia

6.6

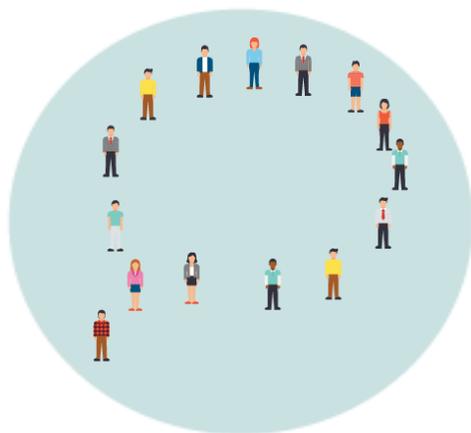
Participar en los eventos de información

6.7

Someterse a exámenes y evaluaciones



Requisitos por centro de trabajo



Empresas de hasta 15
trabajadores



Empresas de 16 hasta 50
trabajadores



Empresas de más de 50
trabajadores

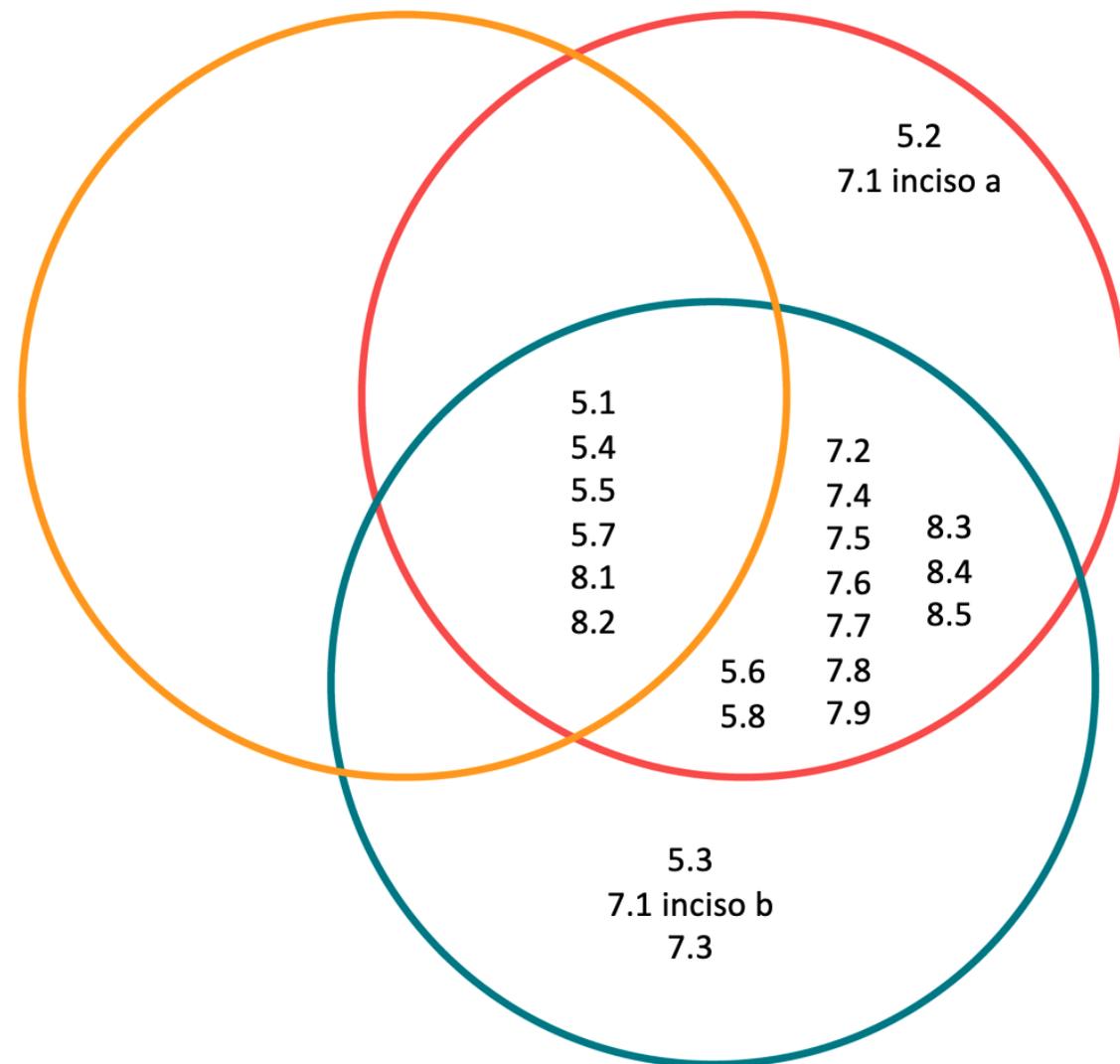


Numerales por centro de trabajo

Hasta 15

16 a 50

+ 50



Descripción	Trabajadores por Centro de Trabajo			Vigencia 23 de Octubre
	Hasta 15	16-50	+50	
<u>Implantar por escrito política de prevención de riesgo psicosocial</u>	5.1	5.1	5.1	2019
<u>Identificar y analizar factores de riesgo psicosocial (16 – 50)</u>		5.2		2020
<u>Identificar y analizar factores de riesgo psicosocial y entorno organizacional (+50)</u>			5.3	2020
<u>Adoptar medidas para prevenir y controlar factores de riesgo psicosocial (entorno organizacional favorable)</u>	5.4	5.4	5.4	2019
<u>Identificar a los trabajadores sujetos a acontecimientos traumáticos severos (Guía de Referencia I)</u>	5.5	5.5	5.5	2019
<u>Practicar exámenes médicos y evaluaciones psicológicas</u>		5.6	5.6	2020
<u>Difundir y proporcionar información a los trabajadores (Políticas, medidas adoptadas, mecanismo de quejas)</u>	5.7	5.7	5.7	2019
<u>Llevar registro de resultados</u>		5.8	5.8	2020
<u>Identificar y analizar los factores de riesgo (Guía de Referencia II)</u>		7.1 inciso a		2020
<u>Identificar y analizar los factores de riesgo y entorno organizacional (Guía de Referencia III)</u>			7.1 inciso b	2020
<u>Consideraciones para identificar factores de riesgo psicosocial</u>		7.2	7.2	2020
<u>Consideraciones para evaluar el entorno organizacional favorable</u>			7.3	2020
<u>Métodos para identificar los factores de riesgo y entorno organizacional</u>		7.4	7.4	2020
<u>Validación de los cuestionarios para identificación de riesgo cuando no se utilicen las guías de referencia</u>		7.5	7.5	2020
<u>Integración al diagnóstico de seguridad y salud en el trabajo</u>		7.6	7.6	2020
<u>Informe de resultados</u>		7.7	7.7	2020
<u>Resultados disponibles para los trabajadores</u>		7.8	7.8	2020
<u>Vigencia de resultados al menos cada 2 años (Aplicación de cuestionarios)</u>		7.9	7.9	2020
<u>Medidas de prevención y acciones de control</u>	8.1	8.1	8.1	2019
<u>Consideraciones para las medidas de prevención y acciones de control</u>	8.2	8.2	8.2	2019
<u>A partir de los resultados, Implementar programa de atención de los factores de riesgo</u>		8.3	8.3	2020
<u>Consideraciones para el programa de atención de los factores de riesgo</u>		8.4	8.4	2020
<u>Niveles de atención del programa de atención de los factores de riesgo</u>		8.5	8.5	2020

ONTPAQi[®]

Software empresarial fácil y completo

Consideraciones por Empresa



Centros de Trabajo Hasta 15 Trabajadores

Implantar por escrito política de prevención de riesgo psicosocial

5.1

5.4

Adoptar medidas para prevenir y controlar factores de riesgo psicosocial

Identificar a los trabajadores sujetos a acontecimientos traumáticos severos
Guía de Referencia I

5.5

5.7

Difundir y proporcionar información a los trabajadores

Centros de Trabajo Hasta 15 Trabajadores

Medidas de prevención y acciones de control

8.1

8.2

Consideraciones de las medidas de control

Qué sucede si identifico un trabajador con factor de riesgo



Llevar registros sobre:

- Resultados de identificación
- Medidas adoptadas
- Nombre los trabajadores

Guía de Referencia V

Centros de Trabajo entre 16 y 50 Trabajadores

Agregar

Identificar y analizar los factores de riesgo psicosocial

5.2

7.1

Inciso a)

Únicamente deberán realizar la identificación y análisis de los factores de riesgo a TODOS los trabajadores

Contemplar: Condiciones del ambiente, cargas de trabajo, falta de control sobre el trabajo, jornadas de trabajo, interferencia en la relación trabajo-familia, liderazgo negativo, violencia laboral

Guía de Referencia II

7.2

8

Medidas de prevención y acciones de control

7.2 Factores de Riesgo psicosocial

- a) Condiciones en el ambiente de trabajo
- b) Cargas de trabajo
- c) Falta de control sobre el trabajo
- d) Exceso en las jornadas de trabajo y rotación de turnos
- e) Interferencia en la relación trabajo-familia
- f) Liderazgo o relaciones negativas en el trabajo
- g) Violencia laboral

Centros de Trabajo de más de 50 Trabajadores

Agregar

Identificar y analizar los factores de riesgo psicosocial y evaluar entorno organizacional

5.3

7.1

Inciso b)

Realizar la identificación y análisis de los factores de riesgo y entorno organizacional

7.3

Evaluación del entorno organizacional
Guía de Referencia III

7.3 Evaluación del entorno organizacional favorable

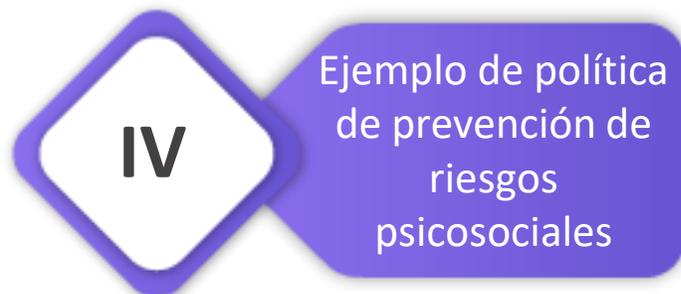
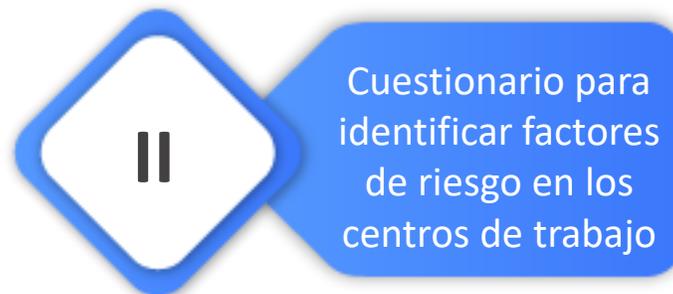
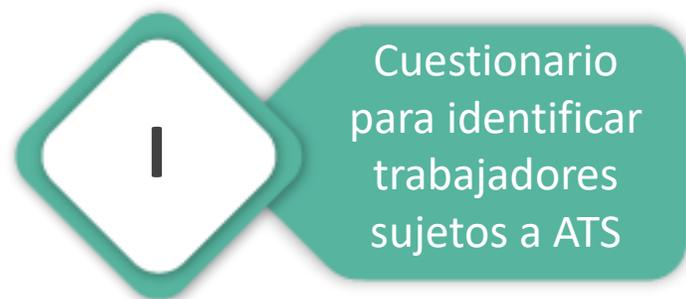
- a) Sentido de pertenencia de los trabajadores a la empresa
- b) Formación adecuada para desempeñar las tareas
- c) Definición precisa de las responsabilidades
- d) Participación proactiva y comunicación entre el patrón, sus representados y los trabajadores
- e) Distribución adecuada de cargas de trabajo
- f) Evaluación y reconocimiento del desempeño

www.soporte-contpaqi.com

Portada



Guías de Referencia



Guías de Referencia

Los cuestionarios que desarrolle el centro de trabajo para la identificación y análisis de los factores de riesgo psicosocial y la evaluación del entorno organizacional, en caso de no utilizar los establecidos en las Guías de referencia II y III de esta Norma, deberán estar validados conforme a lo contenido en el numeral **7.5**.

Con qué comenzar

Para las empresas este año sólo será obligatorio cumplir con las medidas de carácter preventivo.

Sin embargo, sí se deberá detectar a los trabajadores sometidos a un evento traumático y canalizarlos al área médica correspondiente.

Aplicación de Cuestionarios

El cuestionario deberá aplicarse a todos los trabajadores del centro de trabajo, o bien, en el caso del Cuestionario III se podrá aplicar a una muestra representativa conforme a la **Ecuación 1**, sin embargo:

La recomendación es aplicar el cuestionario a todos los trabajadores:

- El resultado sería certero
- En caso de una inspección por las Unidades de Verificación, se tendría evidencia completa.

Aplicación de Cuestionarios

El resultado de la identificación y análisis de los factores de riesgo psicosocial y la evaluación del entorno organizacional deberá estar disponible para consulta de los trabajadores.



La identificación y análisis de los factores de riesgo psicosocial y la evaluación del entorno organizacional deberá realizarse, al menos, **cada dos años.**

Unidades de Verificación

El patrón tendrá la opción de contratar una unidad de verificación acreditada y aprobada.

9.1

9.2

Las unidades de verificación aplicarán los criterios de cumplimiento de acuerdo al Capítulo 10 de la Norma

9.3

Las unidades de verificación emitirán un dictamen incluyendo todos los incisos de este numeral.

Vigilancia

La vigilancia del cumplimiento de la presente Norma Oficial Mexicana corresponde a la Secretaría del Trabajo y Previsión Social.



STPS
SECRETARÍA
DEL TRABAJO Y
PREVISIÓN SOCIAL

Ejemplo de Evaluación de Cuestionario



Guía de referencia I

Guía de referencia I

Se plantea la siguiente situación de un empleado:

Hace 6 meses deje mi vehículo estacionado fuera de la cochera de un vecino de mi lugar de trabajo, al salir de mi horario laboral el vecino me esperaba fuera de su casa y al reclamarme por dejar mi vehículo frente a su cochera saco un arma de fuego y me amenazo. Aun cuando no paso a mayores y todo quedo en la discusión, si causo en mi un impacto de miedo y alerta.

Guía de referencia I

La Guía de referencia I evalúa los siguientes puntos:

I.- Acontecimiento traumático severo

II.- Recuerdos persistentes sobre el acontecimiento (durante el último mes):

III.- Esfuerzo por evitar circunstancias parecidas o asociadas al acontecimiento (durante el último mes):

IV.- Afectación (durante el último mes):

Guía de referencia I

I.- Acontecimiento traumático severo

Sección / Pregunta	Respuesta	
	SÍ	No
I.- Acontecimiento traumático severo		
¿Ha presenciado o sufrido alguna vez, durante o con motivo del trabajo un acontecimiento como los siguientes: = ¿Accidente que tenga como consecuencia la muerte, la pérdida de un miembro o una lesión grave? ¿Asaltos? ¿Actos violentos que derivaron en lesiones graves? ¿Secuestro? ¿Amenazas?, o ¿Cualquier otro que ponga en riesgo su vida o salud, y/o la de otras personas?		

En caso de responder No: La Guía termina. (No requiere atención medica).

En caso de responder Si: Continuar con las otras secciones de la Guía.

Guía de referencia I

II.- Recuerdos persistentes sobre el acontecimiento (durante el último mes):

Sección / Pregunta	Respuesta	
	SÍ	No
II.- Recuerdos persistentes sobre el acontecimiento (durante el último mes):		
¿Ha tenido recuerdos recurrentes sobre el acontecimiento que le provocan malestares?		✗
¿Ha tenido sueños de carácter recurrente sobre el acontecimiento, que le producen malestar?		✗

En caso de responder **Si** en alguna de las preguntas de esta sección, el trabajador requerirá atención clínica.

Guía de referencia I

III.- Esfuerzo por evitar circunstancias parecidas o asociadas al acontecimiento (durante el último mes):

Sección / Pregunta	Respuesta	
	Sí	No
III.- Esfuerzo por evitar circunstancias parecidas o asociadas al acontecimiento (durante el último mes):		
¿Se ha esforzado por evitar todo tipo de sentimientos, conversaciones o situaciones que le puedan recordar el acontecimiento?	X	
¿Se ha esforzado por evitar todo tipo de actividades, lugares o personas que motivan recuerdos del acontecimiento?	X	
¿Ha tenido dificultad para recordar alguna parte importante del evento?		X
¿Ha disminuido su interés en sus actividades cotidianas?		X
¿Se ha sentido usted alejado o distante de los demás?		X
¿Ha notado que tiene dificultad para expresar sus sentimientos?		X
¿Ha tenido la impresión de que su vida se va a acortar, que va a morir antes que otras personas o que tiene un futuro limitado?		X

En caso de responder **Si** en 3 o mas de las preguntas de esta sección, el trabajador requerirá atención clínica.

Guía de referencia I

IV Afectación (durante el último mes):

Sección / Pregunta	Respuesta	
	SÍ	No
IV Afectación (durante el último mes):		
¿Ha tenido usted dificultades para dormir?		X
¿Ha estado particularmente irritable o le han dado arranques de coraje?	X	
¿Ha tenido dificultad para concentrarse?		X
¿Ha estado nervioso o constantemente en alerta?	X	
¿Se ha sobresaltado fácilmente por cualquier cosa?	X	

En caso de responder Si en 2 o mas de las preguntas de esta sección, el trabajador requerirá atención clínica.



Guía de referencia II

Guía de referencia II

Esta Guía únicamente se aplica a empresas de 16 hasta 50 trabajadores.

La Guía de referencia II evalúa los siguientes puntos:

- **46 Ítems.**
- **20 Dimensiones.**
- **8 Dominios.**
- **4 Categorías.**

Guía de referencia II

Categoría	Dominio	Dimensión	Ítem
Ambiente de trabajo	Condiciones en el ambiente de trabajo	Condiciones peligrosas e inseguras	2
		Condiciones deficientes e insalubres	1
		Trabajos peligrosos	3
Factores propios de la actividad	Carga de Trabajo	Cargas cuantitativas	4, 9
		Ritmos de trabajo acelerado	5, 6
		Carga mental	7, 8
		Cargas psicológicas emocionales	41, 42, 43
		Cargas de alta responsabilidad	10, 11
		Cargas contradictorias o inconsistentes	12, 13
		Falta de control sobre el trabajo	20, 21, 22
Organización del tiempo de trabajo	Jornada de trabajo	Jornadas de trabajo extensas	14, 15
		Interferencia en la relación trabajo-familia	16
		Influencia de las responsabilidades familiares	17
Liderazgo y relaciones en el trabajo	Liderazgo	Escasa claridad de funciones	23, 24, 25
		Características del liderazgo	28, 29
	Relaciones en el trabajo	Relaciones sociales en el trabajo	30, 31, 32
		Deficiente relación con los colaboradores que supervisa	44, 45, 46
	Violencia	Violencia laboral	33, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40

Guía de referencia II

Cada Ítem tiene 5 calificaciones posibles y cada una de ellas un valor distinto que sumara a su Dimensión, Dominio y Categoría.

Ítems	Calificación de las opciones de respuesta				
	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33	0	1	2	3	4
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46	4	3	2	1	0

Guía de referencia II

Para responder las preguntas siguientes considere las condiciones de su centro de trabajo, así como la cantidad y ritmo de trabajo.

		Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
1	Mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico		✗			
2	Me preocupa sufrir un accidente en mi trabajo			✗		
3	Considero que las actividades que realizo son peligrosas		✗			
4	Por la cantidad de trabajo que tengo debo quedarme tiempo adicional a mi turno		✗			
5	Por la cantidad de trabajo que tengo debo trabajar sin parar			✗		
6	Considero que es necesario mantener un ritmo de trabajo acelerado			✗		
7	Mi trabajo exige que esté muy concentrado	✗				
8	Mi trabajo requiere que memorice mucha información	✗				
9	Mi trabajo exige que atienda varios asuntos al mismo tiempo			✗		

En este ejemplo se revisará únicamente la categoría: Ambiente de trabajo, la cual abarca las primeras 3 preguntas.

Guía de referencia II

		Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
1	Mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico		X			
2	Me preocupa sufrir un accidente en mi trabajo			X		
3	Considero que las actividades que realizo son peligrosas		X			

Categoría	Dominio	Dimensión	Ítem
Ambiente de trabajo	Condiciones en el ambiente de trabajo	Condiciones peligrosas e inseguras	2
		Condiciones deficientes e insalubres	1
		Trabajos peligrosos	3

Ítems	Calificación de las opciones de respuesta				
	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33	0	1	2	3	4
1, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46	4	3	2	1	0

Guía de referencia II

		Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
1	Mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico		X			
2	Me preocupa sufrir un accidente en mi trabajo			X		
3	Considero que las actividades que realizo son peligrosas		X			

Categoría	Dominio	Dimensión	Ítem
Ambiente de trabajo	Condiciones en el ambiente de trabajo	Condiciones peligrosas e inseguras	2
		Condiciones deficientes e insalubres	1
		Trabajos peligrosos	3

Ítems	Calificación de las opciones de respuesta				
	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33	0	1	2	3	4
2, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46	4	3	2	1	0

Guía de referencia II

		Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
1	Mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico		✗			
2	Me preocupa sufrir un accidente en mi trabajo			✗		
3	Considero que las actividades que realizo son peligrosas		✗			

Categoría	Dominio	Dimensión	Ítem
Ambiente de trabajo	Condiciones en el ambiente de trabajo	Condiciones peligrosas e inseguras	2
		Condiciones deficientes e insalubres	3
		Trabajos peligrosos	3

Ítems	Calificación de las opciones de respuesta				
	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33	0	1	2	3	4
1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46	4	3	2	1	0

Guía de referencia II

		Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
1	Mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico		✘			
2	Me preocupa sufrir un accidente en mi trabajo			✘		
3	Considero que las actividades que realizo son peligrosas		✘			

Se suman las Dimensiones

Categoría	Dominio	Dimensión	Ítem
Ambiente de trabajo	Condiciones en el ambiente de trabajo	Condiciones peligrosas e inseguras	2
		Condiciones deficientes e insalubres	3
		Trabajos peligrosos	3
		<u>8</u>	

La sumatoria se pasa al Dominio.

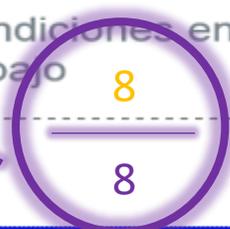
Ítems	Calificación de las opciones de respuesta				
	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33	0	1	2	3	4
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46	4	3	2	1	0

Guía de referencia II

		Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
1	Mi trabajo me exige hacer mucho esfuerzo físico		X			
2	Me preocupa sufrir un accidente en mi trabajo			X		
3	Considero que las actividades que realizo son peligrosas		X			

Categoría	Dominio	Dimensión	Ítem
Ambiente de trabajo 8	Condiciones en el ambiente de trabajo 8	Condiciones peligrosas e inseguras	2
		Condiciones deficientes e insalubres	3
		Trabajos peligrosos	3

La sumatoria se pasa a la Categoría.



Se suman los Dominios (En este caso solo es 1).

Ítems	Calificación de las opciones de respuesta				
	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33	0	1	2	3	4
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 34, 35, 36, 37, 38, 39, 40, 41, 42, 43, 44, 45, 46	4	3	2	1	0

Guía de referencia II

Categoría	Dominio	Dimensión	Ítem
Ambiente de trabajo 8	Condiciones en el ambiente de trabajo 8	Condiciones peligrosas e inseguras	2
		Condiciones deficientes e insalubres	3
		Trabajos peligrosos	3

Criterios para la toma de acciones

Nivel de riesgo	Necesidad de acción
Muy alto	Se requiere realizar el análisis de cada categoría y dominio para establecer las acciones de intervención apropiadas, mediante un Programa de intervención que deberá incluir evaluaciones específicas ¹ , y contemplar campañas de sensibilización, revisar la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para la prevención de los factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral, así como reforzar su aplicación y difusión.
Alto	Se requiere realizar un análisis de cada categoría y dominio, de manera que se puedan determinar las acciones de intervención apropiadas a través de un Programa de intervención, que podrá incluir una evaluación específica ¹ y deberá incluir una campaña de sensibilización, revisar la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para la prevención de los factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral, así como reforzar su aplicación y difusión.
Medio	Se requiere revisar la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para la prevención de los factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral, así como reforzar su aplicación y difusión, mediante un Programa de intervención.
Bajo	Es necesario una mayor difusión de la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para: la prevención de los factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral.
Nulo	El riesgo resulta despreciable por lo que no se requiere medidas adicionales.

Resultado del dominio	Nulo o despreciable	Bajo	Medio	Alto	Muy alto
Condiciones en el ambiente de trabajo	$C_{dom} < 3$	$3 \leq C_{dom} < 5$	$5 \leq C_{dom} < 7$	$7 \leq C_{dom} < 9$	$C_{dom} \geq 9$
Carga de trabajo	$C_{dom} < 12$	$12 \leq C_{dom} < 16$	$16 \leq C_{dom} < 20$	$20 \leq C_{dom} < 24$	$C_{dom} \geq 24$
Falta de control sobre el trabajo	$C_{dom} < 5$	$5 \leq C_{dom} < 8$	$8 \leq C_{dom} < 11$	$11 \leq C_{dom} < 14$	$C_{dom} \geq 14$
Jornada de trabajo	$C_{dom} < 1$	$1 \leq C_{dom} < 2$	$2 \leq C_{dom} < 4$	$4 \leq C_{dom} < 6$	$C_{dom} \geq 6$
Interferencia en la relación trabajo-familia	$C_{dom} < 1$	$1 \leq C_{dom} < 2$	$2 \leq C_{dom} < 4$	$4 \leq C_{dom} < 6$	$C_{dom} \geq 6$
Liderazgo	$C_{dom} < 3$	$3 \leq C_{dom} < 5$	$5 \leq C_{dom} < 8$	$8 \leq C_{dom} < 11$	$C_{dom} \geq 11$
Relaciones en el trabajo	$C_{dom} < 5$	$5 \leq C_{dom} < 8$	$8 \leq C_{dom} < 11$	$11 \leq C_{dom} < 14$	$C_{dom} \geq 14$
Violencia	$C_{dom} < 7$	$7 \leq C_{dom} < 10$	$10 \leq C_{dom} < 13$	$13 \leq C_{dom} < 16$	$C_{dom} \geq 16$

Guía de referencia II

Categoría	Dominio	Dimensión	Ítem
Ambiente de trabajo 8	Condiciones en el ambiente de trabajo 8	Condiciones peligrosas e inseguras	2
		Condiciones deficientes e insalubres	3
		Trabajos peligrosos	3

Crterios para la toma de acciones

Nivel de riesgo	Necesidad de acción
Muy alto	Se requiere realizar el análisis de cada categoría y dominio para establecer las acciones de intervención apropiadas, mediante un Programa de intervención que deberá incluir evaluaciones específicas ¹ , y contemplar campañas de sensibilización, revisar la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para la prevención de los factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral, así como reforzar su aplicación y difusión.
Alto	Se requiere realizar un análisis de cada categoría y dominio, de manera que se puedan determinar las acciones de intervención apropiadas a través de un Programa de intervención, que podrá incluir una evaluación específica ¹ y deberá incluir una campaña de sensibilización, revisar la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para la prevención de los factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral, así como reforzar su aplicación y difusión.
Medio	Se requiere revisar la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para la prevención de los factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral, así como reforzar su aplicación y difusión, mediante un Programa de intervención.
Bajo	Es necesario una mayor difusión de la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para: la prevención de los factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral.
Nulo	El riesgo resulta despreciable por lo que no se requiere medidas adicionales.

Calificación de la categoría	Nulo o despreciable	Bajo	Medio	Alto	Muy alto
Ambiente de trabajo	$C_{cat} < 3$	$3 \leq C_{cat} < 5$	$5 \leq C_{cat} < 7$	$7 \leq C_{cat} < 9$	$C_{cat} \geq 9$
Factores propios de la actividad	$C_{cat} < 10$	$10 \leq C_{cat} < 20$	$20 \leq C_{cat} < 30$	$30 \leq C_{cat} < 40$	$C_{cat} \geq 40$
Organización del tiempo de trabajo	$C_{cat} < 4$	$4 \leq C_{cat} < 6$	$6 \leq C_{cat} < 9$	$9 \leq C_{cat} < 12$	$C_{cat} \geq 12$
Liderazgo y relaciones en el trabajo	$C_{cat} < 10$	$10 \leq C_{cat} < 18$	$18 \leq C_{cat} < 28$	$28 \leq C_{cat} < 38$	$C_{cat} \geq 38$

Guía de referencia II

La calificación final se saca en base a la suma de todas las categorías.

Crterios para la toma de acciones

Nivel de riesgo	Necesidad de acción
Muy alto	Se requiere realizar el análisis de cada categoría y dominio para establecerlas acciones de intervención apropiadas, mediante un Programa de intervención que deberá incluir evaluaciones específicas ¹ , y contemplar campañas de sensibilización, revisar la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para la prevención de los factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral, así como reforzar su aplicación y difusión.
Alto	Se requiere realizar un análisis de cada categoría y dominio, de manera que se puedan determinar las acciones de intervención apropiadas a través de un Programa de intervención, que podrá incluir una evaluación específica ¹ y deberá incluir una campaña de sensibilización, revisar la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para la prevención de los factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral, así como reforzar su aplicación y difusión.
Medio	Se requiere revisar la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para la prevención de los factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral, así como reforzar su aplicación y difusión, mediante un Programa de intervención.
Bajo	Es necesario una mayor difusión de la política de prevención de riesgos psicosociales y programas para: la prevención de los factores de riesgo psicosocial, la promoción de un entorno organizacional favorable y la prevención de la violencia laboral.
Nulo	El riesgo resulta despreciable por lo que no se requiere medidas adicionales.

Resultado del cuestionario	Nulo o despreciable	Bajo	Medio	Alto	Muy alto
Calificación final del cuestionario C_{final}	$C_{final} < 20$	$20 \leq C_{final} < 45$	$45 \leq C_{final} < 70$	$70 \leq C_{final} < 90$	$C_{final} \geq 90$



Guía de referencia III

Guía de referencia III

Esta Guía únicamente se aplica a empresas de 51 o mas trabajadores.

La Guía de referencia III evalúa los siguientes puntos:

- **72 Ítems.**
- **24 Dimensiones.**
- **10 Dominios.**
- **5 Categorías.**

Guía de referencia III

Básicamente es lo mismo de la Guía de referencia II, solo se le agregan los puntos del **Entorno organizacional**.

Categoría	Dominio	Dimensión	Ítem
Entorno organizacional	Reconocimiento del desempeño	Escasa o nula retroalimentación del desempeño	47, 48
		Escaso o nulo reconocimiento y compensación	49, 50, 51, 52
	Insuficiente sentido de pertenencia e, nestabilidad	Limitado sentido de pertenencia	55, 56
		Limitado sentido de pertenencia	53, 54



Guía de referencia IV

Guía de referencia IV

Esta Guía se aplica a todas las empresas; a continuación se presenta el ejemplo de la Guía:

POLITICA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS PSICOSOCIALES

En este centro de trabajo (Razón Social) en relación con la prevención de los factores de riesgo psicosocial; la prevención de la violencia laboral, y la promoción de un entorno organizacional favorable, se asumen los compromisos siguientes:

Es obligación de supervisores, gerentes y directores aplicar esta política y predicar con el ejemplo; Los actos de violencia laboral no son tolerados, así como ningún incidente que propicie factores de riesgo psicosocial o acciones en contra del entorno organizacional favorable;

Se aplican medidas encaminadas a la prevención de los factores de riesgo psicosocial; la prevención de la violencia laboral, y la promoción de un entorno organizacional favorable, para prevenir sus consecuencias adversas;

Se cuenta con un procedimiento de atención justo, que no permite represalias y evita reclamaciones abusivas o carentes de fundamento, y que garantiza la confidencialidad de los casos;

Se realizan acciones de sensibilización, programas de información y capacitación;

Se divulgan de forma eficaz las políticas de prevención y las medidas de prevención;

Todos los trabajadores participan para establecer y poner en práctica esta política en el lugar de trabajo;

Se respeta al ejercicio de los derechos del personal para observar sus creencias o prácticas o para satisfacer sus necesidades relacionadas con la raza, sexo, religión, etnia o edad o cualquier otra condición que pueda dar origen a la discriminación, y se crean espacios de participación y consulta, teniendo en cuenta las ideas de los trabajadores y empleados.

Guía de referencia IV

La política se basa en los principios siguientes:

1. Para favorecer un entorno organizacional favorable, en el centro de trabajo se:

- a) Realizan reuniones con los trabajadores para que todos tengan la oportunidad de exponer sus dudas, inquietudes, quejas relacionadas con su trabajo;
- b) Mantienen limpias las áreas de trabajo; así como las áreas comunes: comedor, baños, sanitarios, accesos;
- c) Trata con amabilidad y cortesía a los compañeros de trabajo, jefes, subalternos, visitantes, proveedores, clientes;
- d) Atienden todos los casos relacionados con burlas, malos tratos, discriminación, etc., y en su caso, se sancionan éstos;
- e) Realizan exámenes médicos al personal de nuevo ingreso para procurar y mantener su salud;
- f) Llevan a cabo exámenes psicológicos y/o psicométricos para situar a cada trabajador en el puesto para el cual cuenta con capacidades y preparación acordes;
- g) **Realizan planes de promoción interna, y**
- h) Capacita a todo el personal para el desempeño de sus funciones, su seguridad y desarrollo.

2. En este centro de trabajo, para promover el sentido de pertenencia de los trabajadores a la organización, se hace hincapié en que todas y todos los trabajadores y empleados son importantes para el centro de trabajo, ya que el mismo no puede funcionar si no se cuenta con personal desde el de la limpieza, pasando por el operativo, administrativo y hasta el directivo. |

Guía de referencia IV

3. Este centro de trabajo, para lograr la adecuada realización de las tareas encomendadas, imparte a sus trabajadores y empleados la capacitación establecida en la Ley Federal del Trabajo, acorde a las actividades que desempeñan.
4. En este centro de trabajo, para lograr la definición precisa de responsabilidades para los trabajadores, se difunde y promueve el seguimiento a los manuales de organización y las descripciones de puesto que indican las responsabilidades específicas de cada puesto de trabajo.
5. Para lograr la participación proactiva y comunicación entre sus integrantes, este centro de trabajo publica en tableros anuncios, noticias y avisos de interés para sus trabajadores y empleados relativos a las labores y operaciones de la misma, y éstos, a su vez, pueden publicar en dichos tableros el mismo tipo de anuncios, noticias y avisos. En estos tableros no se incluyen avisos que no están estrictamente relacionados con las labores del centro de trabajo.
6. Para promover un trabajo digno y lograr un entorno organizacional favorable, este centro de trabajo realiza una distribución adecuada de cargas de trabajo, con jornadas de trabajo conforme a la Ley Federal de Trabajo, para tal efecto, define en los manuales de organización y en las descripciones de puesto que se emiten, así como en el Reglamento Interior de Trabajo, en función de la naturaleza específica de la labor de que se trate.
7. Para reconocer el desempeño de los trabajadores en el centro de trabajo, se evalúa por lo menos una vez al año el desempeño de cada uno de sus trabajadores y empleados, lo cual se lleva a cabo personalmente por conducto del supervisor o jefe inmediato del trabajador o empleado de que se trate y los resultados de la misma sirven de base para la determinar el reconocimiento o beneficios a los trabajadores sobresalientes.
8. Este centro de trabajo se compromete a vigilar el cumplimiento de las normas dirigidas a prevenir cualquier conducta o comportamiento que implique violencia laboral, a salvaguardar la información que sea recolectada, dar trámite e intervenir, de forma oportuna, en las quejas que se reciban por los medios establecidos|



Guía de referencia V

Guía de referencia V

El contenido de esta guía es un complemento para la mejor comprensión de la presente Norma, y **no es de cumplimiento obligatorio**.

Nota: Se recomienda hacer esta Guía de referencia para llevar un correcto control del Expediente de cada trabajador.

Guía de referencia V

Número de cuestionario 173
Fecha de aplicación 06/11/2019

Información del trabajador

Sexo:

Masculino

Femenino

Edad en años:

15 – 19

20 – 24

25 – 29

30 – 34

35 – 39

40 – 44

45 – 49

50 – 54

55 – 59

60 – 64

65 – 69

70 o más

Guía de referencia V

Estado civil:

<input checked="" type="checkbox"/>	Casado	<input type="checkbox"/>	Divorciado
<input type="checkbox"/>	Soltero	<input type="checkbox"/>	Viudo
<input type="checkbox"/>	Unión libre		

Nivel de estudios:

Sin formación	<input type="checkbox"/>			
Primaria	<input type="checkbox"/>	Terminada	<input type="checkbox"/>	Incompleta
Secundaria	<input type="checkbox"/>	Terminada	<input type="checkbox"/>	Incompleta
Preparatoria o Bachillerato	<input type="checkbox"/>	Terminada	<input type="checkbox"/>	Incompleta
Técnico Superior	<input type="checkbox"/>	Terminada	<input type="checkbox"/>	Incompleta
Licenciatura	<input checked="" type="checkbox"/>	Terminada	<input type="checkbox"/>	Incompleta
Maestría	<input type="checkbox"/>	Terminada	<input type="checkbox"/>	Incompleta
Doctorado	<input type="checkbox"/>	Terminada	<input type="checkbox"/>	Incompleta

Guía de referencia V

Datos laborales:

Ocupación/profesión/puesto:

Ejecutivo de capacitación.

Departamento/Sección/Área:

Generación de conocimiento.

Tipo de puesto:

<input type="checkbox"/>	Operativo	<input type="checkbox"/>	Supervisor
<input checked="" type="checkbox"/>	Profesional o técnico	<input type="checkbox"/>	Gerente

Tipo de contratación:

<input type="checkbox"/>	Por obra o proyecto	<input checked="" type="checkbox"/>	Tiempo indeterminado
<input type="checkbox"/>	Por tiempo determinado (temporal)	<input type="checkbox"/>	Honorarios

Guía de referencia V

Tipo de personal:

<input type="checkbox"/>	Sindicalizado	<input checked="" type="checkbox"/>	Confianza
<input type="checkbox"/>	Ninguno	<input type="checkbox"/>	

Tipo de jornada de trabajo:

<input type="checkbox"/>	Fijo nocturno (entre las 20:00 y 6:00 hrs)	<input type="checkbox"/>	Fijo mixto (combinación de nocturno y diurno)
<input checked="" type="checkbox"/>	Fijo diurno (entre las 6:00 y 20:00 hrs)	<input type="checkbox"/>	

Realiza rotación de turnos:

<input type="checkbox"/>	Sí	<input checked="" type="checkbox"/>	No
--------------------------	----	-------------------------------------	----

Guía de referencia V

Tiempo en el puesto actual

	Menos de 6 meses		Entre 10 a 14 años
	Entre 6 meses y 1 año		Entre 15 a 19 años
	Entre 1 a 4 años		Entre 20 a 24 años
	Entre 5 a 9 años		25 años o más

Tiempo experiencia laboral

	Menos de 6 meses		Entre 10 a 14 años
	Entre 6 meses y 1 año		Entre 15 a 19 años
	Entre 1 a 4 años		Entre 20 a 24 años
	Entre 5 a 9 años		25 años o más

Dudas y preguntas.



Gracias